

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар
«Детский сад комбинированного вида № 70 «Берёзка»**

Консультация для родителей

**«Развитие быстроты и ловкости –
это компонент умственной деятельности ребенка
старшего дошкольного возраста»**

Подготовила и провела
инструктор по физической
культуре Дубровская М.А

Современными исследователями доказано, что при сокращении мышц улучшается кровоснабжение мозга. В кору головного мозга поступают также потоки нервных импульсов, поднимающих ее тонус. Это является важным фактором: стойкого повышения работоспособности; созревания и совершенствования всех анализаторных систем, а иначе сенсорики ребенка – первой ступени познания окружающего мира.

Анатомическое расположение двигательного анализатора в непосредственной близости с речевой моторной зоной, прямо сказывается на развитии речи, мышления детей. Существенным компонентом умственной деятельности ребенка является развитие быстроты и ловкости.

Основным средством развития быстроты и ловкости у детей старшего дошкольного возраста являются физические упражнения.

Физические упражнения способствуют быстрому восстановлению умственной работоспособности, так как концентрированное возбуждение в нервных центрах, связанных с работой мышц, ведет к активному торможению центров, имевших значительную нагрузку в процессе умственной работы.

Систематические физические упражнения активно влияют на совершенствование основных свойств нервной системы: силы, подвижности, уравновешенности.

Таким образом, создаются возможности для успешного протекания психических процессов. Разнообразие движений, богатство координаций повышают пластичность нервной системы, что обуславливает дальнейшее развитие разных видов деятельности ребенка.

Уровень развития физических качеств определяется успешностью двигательной деятельности детей и способностью к овладению движений, умением целесообразно пользоваться ими в жизни.

В старшем дошкольном возрасте следует приучать детей осмысленно относиться к достижению точности и правильности выполнения движений.

Одним из средств развития физических качеств являются подвижные игры.

Именно игра дает возможность без лишней нагрузки преподать ребенку множество уроков. В процессе игры ребенок запоминает невероятно много и с большим удовольствием. Развивается буквально все познавательные сферы ребенка - воображение (в первую очередь), мышление, память, представление и т.д.

